...् शरीरम्

(... पुष्प)

लेखक : श्री स्वामी निगमानन्द जी एम०ए०

प्रकाशक :
अनीता आर्ष प्रकाशन
500/2, हलवाई हट्टा, पानीपत

शुद्धि–पत्र

पृष्ट	पंक्ति	अशुद्धि	शुद्ध
दो शब्द	17	सुभाव	सुझाव
दो शब्द	20	भस्मांतम	भस्मान्तं
1	2	मयेदं	मथेदं
3	20	80	40
6	11	300	800
8	9	उर्वारुकमईव बन्धनाथ	उर्वारुकमिव बन्धनात्
11	2	More	Move

मुद्रक : गंगोत्री प्रिंटर्स, (निकट जैन धर्मशाला) पानीपत
दूरभाष : 2255

दो शब्द

मेरी सुपुत्री अनीता रानी का निधन 28-3-76 को हो गया था। मैंने पालीवाल नगर में 1 प्लाट डा० माधो राम शर्मा जी से 10-12-77 को खरीदा था। संयोग की बात है कि यह अनीता रानी का जन्म दिन है। जब कभी भी इस प्लाट को बेचने का विचार किया तो मेरे मित्र श्री हरीश चन्द्र शर्मा के मना करने पर विचार बदल दिया। मेरी धर्मपत्नि ने कहा कि यह जगह तो आपने अनीता रानी के जन्म दिन पर खरीदी थी। इसको उसके निमित ही पड़ा रहने दो। मैं धर्मपत्नी के विचार से सहमत था। 21 अप्रैल 1987 को मुझे पक्षाघात का आक्रमण हुआ था, ईश्वर की कृपा से मेरा जीवन बच गया। पर यह तो सत्य ही है कि जीवन अनित्य है तथा मृत्यु का कोई समय नहीं है। मेरे मन में विचार आया कि उस प्लाट को बेच कर अनीता रानी के नाम से 'अनीता धमार्थ आयुर्वेदिक औषधालय' तथा 'अनीता आर्ष प्रकाशन' शुरु किया जावे।

इस संदर्भ में मैंने स्वामी निगमानन्द जी तथा ब्र० नन्दकिशोर जी से परामर्श किया। दोनों ने ही मेरे सुभाव का अनुमोदन किया। तदानुसार मैंने स्वामी जी से प्रार्थना की, कि आप एक पुस्तक मुझे लिख कर दे जिसे मैं छपवा सकू। स्वामी जी ने मेरी प्रार्थना स्वीकार करके एक पुस्तक 'भस्मांतम शरीरम्' नाम की मुझे दी जो आपके हाथों में है।

इस पुस्तक को छपवाने का विचार क्यों किया। प्रथम तो स्वयं मुझे मृत्यु का झटका लग चुका है। प्राय: देखने में आता है कि जब हम शमशान में जाते हैं तो जब तक वहां बैठे रहेंगे तब तक हम वैराग्य में रहेंगे। वहां से वापस मुड़ते ही हमारे

विचारों में परिवर्तन आ जाता है और हम दुनयावी धन्धों में फंस जाते हैं। मेरे विचार में यदि हम मौत को सदा याद रखे तो बहुत से पापों से वच सकते हैं।

मैं ईश्वर का धन्यवाद करता हूं कि जिसकी प्रेरणा से यह सब कुछ हो रहा है। मैं लाला जय भगवान दास जी का भी आभारी हूँ जिन्होंने इस निमित्त मेरी सहायता की तथा पं० राम कुमार जी का भी आभारी हूं जिन्होंने प्रैस का सारा काम अपनी देख रेख में करवाया तथा पूज्य स्वामी निगमानन्द जी का अतिशय धन्यवाद करता हूँ जिनकी विद्वता एवं परिश्रम का फल पुस्तिका रुप में हमें मिला। ईश्वर मुझे सदबुद्धि दे कि मैं निरन्तर धर्म पथ पर बढ़ता जाऊं। इति ओ३म् शम्।

आदित्य प्रकाश आर्य

500/2. हलवाई हट्टा,
पानीपत
16-12-1988

भस्मान्तं शरीरम्

मन्त्रः- वायुरनिलममृतमथेदं भस्मान्तं शरीरम् ।
ओं क्रतो स्मर क्लिबे स्मर कृतं स्मर ।।(यजु०)

अर्थः–आत्मा अमर है, शरीर नाशवान है, हे क्रियाशील जीव तू अपनी सामर्थ्य के लिए ओ३म् का जप कर ।
इस मन्त्र में चार विषय आ जाते हैं ।

1. आत्मा अमर है ।
2. शरीर नाशवान है । मृत्यु के वाद इसका दाह संस्कार करो (दफनाओ मत)
3. ओ३म् का जप करो ।
4. किए गए कर्मों को याद करो ।

इस मन्त्र का मुख्य विषय मृत्यु है । मृत्यु के सम्बन्ध में नीचे लिखी बातें विचारणीय हैं ।

1. मृत्यु की परिभाषा
2. मृत्यु की आवश्यकता
3. मृत्यु के कारण
4. मृत्यु भय के कारण
5. मृत्यु भय का निवारण
6. मृत्यु के भेद
7. पुर्नजन्म
8. मृत्यु का मनोविज्ञान
9. कठोनिषद एवं अन्य साहित्य

१. मृत्यु की परिभाषा

मृत्यु अन्नमय कोश (कोश) का क्षय है

हमारे शरीर में पांच कोश होते हैं, स्थूल शरीर अन्नमय कोश कहलाता है। इसके अन्दर प्राणमय कोश होता है। जैसे फुटवाल के अन्दर हवा भरी होती है, ट्रक और साईकिलों के टायर हवा भरी रहने पर ही चलते हैं। हवा के निकल जाने पर वे बेकार हो जाते हैं। उसी प्रकार प्राणों के निकल जाने पर शरीर की मृत्यु हो जाती है।

मुख्य पांच प्राण हैं:-

उदान, प्राण, समान, अपान, व्यान

मन, बुद्धि एवं इन्द्रियों के साथ मिलकर ये प्राण प्राणमय कोश कहलाते हैं। मृत्यु में केवल यह प्राणमय कोश, अन्नमय कोश को छोड़कर बाहर निकल आता है। जैसे हम कमरे से बाहर निकल आते हैं। प्राणमय कोश को चलाने वाला, उससे भी सूक्ष्म मनोमय कोश है। विचारों का समूह ही मन है। मनोमय कोश के भीतर बुद्धि (ज्ञानमय कोश) है। ज्ञानमय कोश के भीतर आन्नदमय कोश है। जिसका अनुभव जीव सुषुप्ति अवस्था में करता है। आन्ददमय कोष के परे आत्मा है। यह शरीर घड़े की तरह है। मिट्टी का घड़ा कभी भी टूट-फूट सकता है। उसके टूटने पर दु:खी होना मूर्खता है। यदि हम पक्का घड़ा चाहते हैं तब हमें लोहे या पीतल का घड़ा खरीदना चाहिए। (आत्मा को जानना चाहिए) हमारा शरीर एक यंत्र की तरह है। आत्मा इस यंत्र को चलाने वाला है। मृत्यु में यह शरीर यंत्र (ROBOT) टूटता है। परन्तु हमारा कुछ नहीं बिगड़ता जैसे रेडियो टूट जावे तो हम नया ला सकते हैं। इसी तरह

मृत्यु के बाद नया शरीर पुनः मिल जाता है। वेद में आता है "अहम् इन्द्रौ नः पराजिग्मे" अर्थात मैं इन्द्र हूं (इन्द्रियों का प्रयोग करने वाला हूं) मैं कभी हार नहीं सकता।

मृत्यु वस्त्र परिवर्तन के समान है। जैसे हम पुराने कपड़ों को उतार कर नये कपड़े पहन लेते हैं। उसी प्रकार मृत्यु में मनुष्य पुराने शरीर को छोड़ कर नये शरीर को धारण कर लेता है। गीता में कहा गया है:–

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय, नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि।
तथा शरीराणि विहाय जीर्णानि, अन्यानि संयाति नवानि देही।

मैथलिशरण गुप्त ने भी इसी विषय में कहा है:–

"मृत्यु एक सरिता है। जीव कातर उसमें नहा कर नूतन धारण कर लेता है। काया रुपी वस्त्र बहा कर। मनुष्य का शरीर एक मकान की तरह है। जब मकान नया नया बनता है तब हम कभी सोच भी नहीं सकते कि यह कभी पुराना होगा या गिरेगा। परन्तु यह कुछ साल के बाद मकान पुराना होने लगता है और तब हमें ख्याल आता है कि कभी न कभी ये गिरेगा और इसे गिराकर नया बनाना पड़ेगा। इसी प्रकार 25 वर्ष की आयु तक शरीर का निर्माण होता रहता है और मनुष्य को यह ख्याल नहीं आता कि मेरी मृत्यु भी होगी। परन्तु डाक्टरों का कहना है कि 80 वर्ष की आयु के बाद मनुष्य के शरीर का क्षय होना शुरु हो जाता है और कभी-कभी उसे आभास होता है कि उसको मृत्यु होगी।

मृत्यु एक आप्रेशन की तरह है। आप्रेशन में रोगी को ऐसी दर्द होती है, जिसे वह सह नहीं सकता, इसलिये उसे बेहोश कर दिया जाता है। मृत्यु के समय भी प्रकृति मनुष्य को

वेहोश कर देती है। आप्रेशन में डा० हमारे शरीर के किसी एक अंग को ही चीर फाड़ कर बदलता है। परन्तु मृत्यु में हमारे सूक्ष्म (आत्मा) शरीर को निकाल कर दूसरे शरीर में डाल देते हैं। मृत्यु एक नींद की तरह है। दिन भर कार्य करके हम थक जाते हैं और रात को सो जाते हैं। रात को नींद लेने के पश्चात मनुष्य दूसरे दिन फिर कार्य करने की शक्ति जुटा लेता है। यदि रात को नींद नहीं आती तो दूसरे दिन हम वड़े बेचैन रहते हैं। इसी प्रकार जीवन भर मनुष्य भय एवं चिन्ताओं से थक जाता है। और मृत्यु के बाद दूसरा जन्म पाकर फिर उत्साह से कार्य करने लग जाता है। इसी प्रकार सृष्टि में प्रलय होता है। मृत्यु प्रश्वास की तरह है (स्वांस) छोड़ना। हम सांस छोड़ते हैं, तभी ले पाते हैं और लेकर पुनः छोड़ते हैं। श्वांस प्रश्वाँस जन्म और मृत्यु की तरह है।

मनुष्य की प्रतिदिन मृत्यु हो रही है, दिन भर कार्य करने से हमारे शरीर का थोड़ा–थोड़ा क्षय होता रहता है। लगभग एक तोला कोश क्षय हो जाते हैं। रात्रि को नींद में जितना शरीर का क्षय होता है उतना ही फिर से बन जाता है। इस प्रकार हमारे शरीर का थोड़ा सा हिस्सा रोज नया वनता है। सात साल में हमारा सारा शरीर फिर से नया हो जाता है।

२. मृत्यु की आवश्यकता

अतीत काल को भुलाने के लिये मृत्यु आवश्यक है। बचपन से ही हमारे मन पर भय और चिन्ता के संस्कार पड़ने लग जाते हैं और मनुष्य निराश एवं कमजोर होना शुरु हो जाता है। 100 वर्ष के आस पास अगर उसकी मृत्यु न हो तो अतीत काल

के संस्कारों से वह बेचैन होना शुरु हो जायेगा। जितनी आयु लम्बी होगी, मृत्यु उतनी दुखदाई होगी। अमेरिका में डाक्टरों ने कई रोगियों को उल्टे लटका कर जिन्दा रखा है। वे मरना चाहते हैं, परन्तु डा० उन्हें मरने नहीं देते, उन रोगियों ने आन्दोलन शुरु किया है कि हमें मरने दो मरना हमारा अधिकार है। उनके विषय में यह कहा जा सकता है:-

मौत ही इन्सान की दुश्मन नहीं,
जिन्दगी भी जान लेकर जायेगी।

अंग्रेजी के लेखक जार्ज बनार्ड शो ने एक नाटक लिखा है (Book to Mathusala) उस नाटक में उन्होंने कल्पना की है कि सृष्टि के आरम्भ में जो प्राणी पैदा हुआ वह शरीर से भी अमर था। वह जिन्दगी से तंग आ गया, जीवन को तरो ताजा रखने के लिए मृत्यु का आविष्कार किया गया। जैसे कि नदी में पानी बहता रहे तो वह स्वच्छ रहता है। Deth was Invented to Mentioned the fresh current of life)

सिकन्दर के विषय में कहते हैं कि वह एक ऐसी जगह गया जहां अबे हयात (अमृत का झरना) था, जिसका पानी पी लेने से मनुष्य अमर हो जाता है। वहां एक कौवा पड़ा था। जिसकी गरदन कटी हुई थी, वह तड़प रहा था पर उसकी मृत्यु नहीं हो रही, क्योंकि वह कौवा उस झरने का पानी पी चुका था। सिकन्दर ने कहा, ऐसे अमर होने से कुछ लाभ नहीं।

इतिहास में राजा ययाति की कथा आती है, यह भी काल्पनिक ही प्रतीत होती है। राजा ययाति की आयु जब सौ वर्ष की हो गई। तब मृत्यु उन्हें लेने आई। उन्होंने कहा अभी

मैंने संसार का कोई सुख नहीं भोगा है। अभी मैं नहीं जाना चाहता हूं। मृत्यु ने कहा कि यदि तुम अपने बदले किसी और व्यक्ति को दे दो, तो तुम्हें मैं छोड़ सकती हूँ। राजा ययाति के एक पुत्र ने विचार किया, कि मेरे पिता जी ने सौ वर्ष की आयु तक कोई सुख नहीं भोगा, तो ऐसे संसार में मैं क्या सुख भोग सकता हूं। इस संसार को छोड़ कर चलना चाहिये, वह लड़का मृत्यु के साथ जाने को तैयार हो गया, तब राजा ययाति को सौ वर्ष की आयु और मिल गई। तब सौ वर्ष बाद जब पुनः मृत्यु आई तब राजा ने पुनः वही उत्तर दिया। इस बार उसका नाती मृत्यु के साथ जाने को तैयार हो गया। कहते हैं कि ययाति ने इस प्रकार 300 वर्ष की आयु तक संसार के सुख भोगे। जब फिर मृत्यु आई, तो ययाति ने कहा कि यदि मैंने अभी तक कोई सुख नहीं भोगा तो भविष्य में भी कोई सुख नहीं मिल सकता। अतः अब चलना ही चाहिए।

काशमीर में अमर नाथ एक हिन्दुओं का तीर्थ स्थान है वहां पर कहते हैं कि ~~शिव जी ने पार्वती को अमर कथा सुनाई थी जिसको सुनने से आदमी अमर हो जाता है। एक कबूतरों के जोड़े ने वह कथा सुन ली और वे अमर हो गये।~~ पार्वती को नींद आ गई थी। आजकल पुजारी लोग तीर्थ यात्रियों के आने पर पालतू कबूतरों का जोड़ा छोड़ देते हैं। लोग समझते हैं कि यह वही जोड़ा है। यदि अमर कथा सुनने से कोई अमर हो सकता है तो शिवजी भी आज कहीं होते।

३. मृत्यु के कारण

1. इटली के मनोवैज्ञानिक 'सिग मन्ड फ्राईड' ने अपने

अन्तिम दिनों में इस बात का अनुभव किया कि मनुष्य की मृत्यु इसलिए होती है, कि वह मरना चाहता है। जिस दिन जीवन में यह ख्याल आवे कि जीवन व्यर्थ है, उसी दिन से आदमी मृत्यु की और चल पड़ता है। मनुष्य में मूल रूप से दो प्रवृतियां हैं। जब वह सुखी होता है तब जीना चाहता है, जव दुःखी होता है तब मरना चाहता है। इसलिए मनुष्य का जन्म और मृत्यु होती रहती है। ये प्रवृत्तियां मनोविज्ञान में EROS और THANTOS कहलाती हैं।

2. अमेरिका के वैज्ञानिक 'आलवर्ट आइनस्टीन' ने यह अनुभव किया कि मनुष्य के मृत्यु का कारण पृथ्वी का गुरुत्वाकर्षण है। पृथ्वी हर वस्तु को अपनी ओर खींचती है। मनुष्य की शक्ति को भी अपनी ओर खींचती है। इससे मनुष्य बिमार एवं कमजोर होकर एक दिन मृत्यु का शिकार होता है। यदि मनुष्य किसी ऐसे स्थान में रहे, जहां किसी भी ग्रह का गुरुत्वाकर्षण न हो, तो हजारों साल तक उसके शरीर में कोई परिवर्तन नहीं होगा।

3. चिन्ता, भय, क्रोध व रोग के कारण मनुष्य बिमार और कमजोर होता है और मृत्यु का वह शिकार होता है।

4. प्रारब्ध कर्म–मनुष्य के जन्म के समय पिछले जन्म के संचित कर्मों में से कुछ कर्म लेकर परमात्मा मनुष्य को जन्म देता है।

उस प्रारब्ध के अनुसार ही मनुष्यों का सुख दुःख भोग और आयु निश्चित होती है।

४. मृत्यु भय के कारण

1. अपरिचित का भय
2. अन्धेरे का भय
3. अकेलेपन का भय
4. जीवन से अतृप्ती

जिस प्रकार कच्चा फल वृक्ष से नहीं टूटता उसी प्रकार ही मनुष्य जीवन से अतृप्त रहा है वह मरने से डरता है।

जर्मनी दार्शनिक नीत्से ने कहा है Ripeness is all वेद में कहा गया है उर्वारुकमईव बन्धनाथ।

हे ईश्वर मैं मृत्यु के समय शरीर से ऐसे छूट जाऊं जैसे पका हुआ खरबूजा आसानी से लता से अलग हो जाता है।

5. अतीत का मोह-अतीत काल में आदमी अपने को सुरक्षित समझता है। भविष्य अनजाना होने से मानव उससे डरता है। इसलिए मरना नहीं चाहता।

6. कंजूस व्यक्ति मृत्यु से ज्यादा डरता है। क्योंकि जिसने अपना धन दौलत नहीं छोड़ा वह शरीर को कैसे छोड़ेगा।

7. अहंकार–जिस व्यक्ति को अपनी सम्पत्ति का अहंकार रहा वह मृत्यु से ज्यादा डरेगा। क्योंकि मृत्यु में उसे सब छोड़ना पड़ेगा। गरीब आदमी मरने से नहीं डरता क्योंकि उसके पास छोड़ने के लिए कुछ नहीं है। मृत्यु उससे कुछ छीन नहीं सकती। अमेरिका में लोग मृत्यु से बहुत डरते हैं।

५. मृत्यु भय निवारण

बचपन से बच्चे को हम किसी अपरिचित व्यक्ति के साथ कभी-कभी छोड़ते रहें तो वह किसी अपरिचित वस्तु से भयभीत नहीं होगा। बच्चे को हम कभी अपरिचित के साथ नहीं जाने देते। इसलिए अपरिचित का भय जीवन भर उसके साथ रहता है। मृत्यु से हमारा कोई परिचय नहीं है, इसलिये हम मृत्यु से डरते हैं। क्योंकि मृत्यु के समय व्यक्ति वेहोश हो जाता है। सामान्य रोग जुखाम या बुखार आदि से हमारा परिचय है। क्योंकि जब बुखार शुरु होता है तो हम होश में रहते हैं, बुखार तेज होता है और उतर जाता है तो भी हम पूरे समय होश में रहते हैं। इसलिये दोबारा जब भी कभो बुखार चढ़ता है तो हम उससे कभो भयभीत नहीं होते। हमें पहले ही पता चल जाता है कि अब बुखार चढ़ेगा।

मृत्यु वेहोशी में होती है इसलिए अनजानी रह जाती है। ध्यान के अभ्यास से यदि मनुष्य की चेतना का स्तर ऊचा उठ जाये तो उसकी मृत्यु होश में होगी और अगला जन्म भी होश में होगा। फिर जब मृत्यु होगी तब वह व्यक्ति मृत्यु से नहीं डरेगा।

इसी तरह बच्चे को हम कभी अन्धेरे में तथा अकेले में नहीं छोड़ते। अतः अकेलापन व्यक्ति को बहुत दुःखदायी होता है। यदि बच्चे को कभी-कभी अकेला छोड़ा जाये और अन्धेरे में छोड़ा जाये (बच्चा अन्धेरे में भयभीत नहीं होता) तो वह मृत्यु से भयभीत नहीं होगा। क्योंकि मृत्यु हमें अकेला कर देती है, और अन्धेरे में कर देतो है।

ध्यान का अभ्यास करने से पञ्चकोष विवेक होता है और मनुष्य को यह पता चलता है कि मृत्यु में केवल मेरा शरीर समाप्त होगा, मैं समाप्त नहीं होऊंगा।

वर्तमान काल में रहने से मनुष्य मुत्यु से निर्भय हो जाता है। हमारा मन अतीत काल की या भविष्य की बातें सोचता रहता है। वर्तमान काल में मनुष्य कभी भी अपने आप को सुखी नहीं समझता। मृत्यु के समय हमारे पास केवल वर्तमान काल ही रह जाता है। अतीत काल छूट जाता है और भविष्य दिखाई नहीं देता। इसलिये मनुष्य भयभीत हो जाता है।

इटली में एक वार राजा ने अपने मंत्री को फांसी की सजा दे दी। निश्चित कर दिया कि अमुक दिन शाम को छः बजे फांसी होगी। उस मंत्री को संगीत सुनने का वहुत शौक था। जिस दिन फांसी लगनी थी उस दिन उसने एक बहुत बड़ा सहभोज दिया अपने सम्बन्धी और मित्रों को बुलाया और संगीत का आयोजन किया। राजा ने सोचा कि उस दिन मंत्री वहुत बड़ा घबराया हुआ और परेशान होगा। चार बजे राजा उसको मिलने गया, मन्त्री संगीत सुनने में मस्त था। राजा ने उसे वुलाकर कहा कि छः बजे तुम्हें फांसी होनी है और तुम्हें इसकी जरा भी चिन्ता नहीं है। मंत्री ने कहा कि अभी तो दो घन्टे वाकी हैं छः बजे तक मुझे संगीत सुनने दो, छः बजे मुझे बुला लेना। राजा ने देखा कि इस व्यक्ति को मृत्यु से जरा भी भय नहीं है। राजा ने उसकी सजा रद कर दी।

बचपन से मृत्यु को बुरा समझते हैं, इसलिये मृत्यु से भय लगता है।

Talk of death is taboo though everyday we more near death.

अंग्रेजी में किसी ने कहा है कि मृत्यु की बातचीत करना बुरा है। यद्यपि प्रतिदिन हम मृत्यु के समीप पहुंचते हैं।

साक्षी चैतन्य जागृत करने से मनुष्य को पता चलता है कि मैं कौन हूँ ? इससे पता चलता है कि मैं शरीर नहीं हूं) वह मृत्यु के भय से मुक्त हो जाता है। सिकन्दर जब भारत पर आक्रमण करने आया तो आते समय उसके गुरु ने कहा कि भारत से लौटते समय किसी सन्यासी को ले आना। सिकन्दर ने लौटते समय अपने सैनिकों को भेजा कि किसी सन्यासी को ढूंढ कर लाओ। सैनिकों ने एक सन्यासी को ढूंढा और उसे कहा कि हमारे साथ चलो। सन्यासी ने उनके साथ जाने से इन्कार कर दिया। तब सिकन्दर खुद तलवार लेकर आया और उस दण्डी स्वामी को कहा कि यदि मेरे साथ नहीं चलोगे तो मैं तलवार से तुम्हारा सिर अलग कर दूंगा। दण्डी स्वामी ने हंसते हुए उसे कहा कि क्या बच्चों वाली बातें करता है। जैसे तूं मेरे सिर को गिरता हुआ देखेगा, वैसे मैं भी अपने सिर को गिरता हुआ देखूंगा। यह सुनकर सिकन्दर बहुत शर्मिन्दा हुआ और उसे छोड़कर चला गया।

इस प्रकार जो व्यक्ति मृत्यु को जान जाते हैं, वे मृत्यु से मजाक करते हैं। जापान में एक झेन फकीर मरते समय आसन लगाकर बैठ गया और शिष्यों को कहा कि लोग तो लेट कर मरते हैं, मैं बैठ कर मरूंगा। उसके एक शिष्य ने कहा कि मैंने एक व्यक्ति के बारे में सुना है कि वह बैठे-बैठे मरा था।

तब उस फकीर ने खड़े होकर कहा कि मैं खड़ा होकर

मरूंगा। उसके एक शिष्य ने कहा कि मैंने एक व्यक्ति के बारे में सुना है कि वह खड़े खड़े मरा था। तब उस फकीर ने कहा कि मैं शीर्ष आसन में मरुंगा। वहां शीर्षासन लगाकर स्तब्ध हो गया। उसके शिष्य यह निर्णय न कर सके कि अभी भी वह मजाक कर रहा है या उसने प्राण छोड़ दिये हैं। वे उसकी बहन को बुलाकर लाये, उसकी बहन ने कहा कि जीवन भर मजाक करते रहे हो मरते समय तो मजाक छोड़ो। मरना है तो ठीक ढग से मरो। यह सुनकर वह फकीर सीधा खड़ा हो गया और उसने कहा कि मैं ठीक ढंग से मरता हूं और लेट कर अपने प्राण छोड़ दिये।

मनो वैज्ञानिकों का कहना है कि यदि शमशान घाट शहर के बीच में हो तो हर व्यक्ति रोज मरे हुये लोगों को देखेगा। उसके लिये मृत्यु एक सामान्य बात हो जायेगी और अपने मृत्यु के समय भी वह भयभीत नहीं होगा।

मनुष्य को अपनी मृत्यु के काल्पनिक चित्र घर में लगाने चाहिये। हम प्रति वर्ष अपना जन्म दिन मनाते हैं। उसकी बजाय अपना मृत्यु दिवस मनाना चाहिये (काल्पनिक)। तीन माह तक शमशान में रहने से भी मृत्यु भय दूर होता है। महात्मा बुद्ध अपने शिष्यों को तीन माह तक शमशान घाट पर रहने का आदेश देते थे।

अपने आपको प्रकृति का हिस्सा समझो, जैसे पर्वत से कोई शिला टूट कर गिरती है। वैसे ही मनुष्य इस संसार में अपने शरीर को मृत्यु के समय गिरता हुआ देखे।

चीन के दार्शनिक लाओत्से एक वृक्ष के नीचे बैठे हुये थे। हवा चली और एक सूखा पत्ता वृक्ष से टूटकर गिरा और उड़ने

लग गया। इसी बात से उन्हें सत्य का ज्ञान हो गया। (मनुष्य भी इसी प्रकार प्रकृति का अंग है।

उसी सम्बन्ध में ऋषि दयानन्द के अन्तिम शब्द विचारणीय है कि "हे ईश्वर ! तेरी इच्छा पूर्ण हो।"

पुर्नजन्म पर ध्यान देने से मृत्युभय दूर होता है। यह मत सोचिये कि मैं मर रहा हूं। अपितु यह सोचिये कि मेरा दूसरा जन्म होने वाला है।

६. मृत्यु के भेद

1. जड़ मृत्युः—यह मृत्यु तामसिक स्वभाव वाले व्यक्ति की होती है। मृत्यु के बहुत पहले ऐसे लोग प्रायः बेहोश हो जाते हैं। बहुत ही कञ्जूस और अहंकारी व्यक्तियों की ऐसी मृत्यु होती है।

2. रुग्ण मृत्युः—यह रजोगुणी स्वभाव वाले व्यक्तियों की होती है। वे मृत्यु के कुछ दिन पूर्व बीमार रहते हैं।

3. चेतन मृत्युः—सात्विक प्रकृति के एवं साधनाशील व्यक्तियों की मृत्यु चेतन होती है। वे उस समय पूर्णतः होश में तथा शान्त रुप में होते हैं जैसे महात्मा बुद्ध, सुकरात, ऋषि दयानन्द। इन लोगों का अगला जन्म भी चेतन होता है। माता के गर्भ में ही इन्हें पूरी होश होती है। जैसे अभिमन्यु तथा ऋषि वामदेव आदि। ऐसे हो लोग साधना द्वारा मोक्ष को पा जाते हैं।

आयुर्वेद के ग्रन्थों में अरिष्ट लक्षणों (मृत्यु के पूर्व लक्षण) का विस्तृत वर्णन है। उदाहरणार्थ मृत्यु से छः माह पूर्व नाक का

अगला हिस्सा दिखाई देना बन्द हो जाता है। ऊँगलियां चटकाने पर यदि आवाज न आये तो वह व्यक्ति मृत्यु के मुंह में होता है। यदि सिर के किसी बाल को खींचा जाये और उस व्यक्ति को पता न चले तो वह व्यक्ति मौत के मुंह में होता है। स्वप्न में यदि सिर पर बाँस और झाड़ियां उगी हुई दिखाई दे, यह भी अशिष्ट लक्षण हैं। यदि पृथ्वी की जगह आकाश और आकाश की जगह पृथ्वी दिखाई दे तो वह व्यक्ति मौत के मुंह में होता है।

आजकल इसमें किरलीयान नामक फोटो ग्राफर ने ऐसा कैमरा बनाया है जिसमें फोटो खिचवायी जाये तो मनुष्य के शरीर के चारों ओर से प्रकाश निकलता नजर आता है। यदि यह प्रकाश न निकल रहा हो तो उस व्यक्ति की छः माह बाद निश्चित ही मृत्यु हो जायेगी।

मनुष्य की पहले Clinical Death होती है इसमें शरीर ठण्डा हो जाता है। हृदय की गति रुक जाती है और डाक्टर उसे मृतक घोषित कर देते हैं। चार, पांच घण्टे बाद Biological Death होती है। इसमें प्राण (आत्मा) शरीर से बाहर निकलते हैं। Clinical Death के बाद विशेष औषधियों से मनुष्य को थोड़ी देर के लिये जिन्दा किया जा सकता है।

७. पुनर्जन्म

वेद में पुनर्जन्म के सम्बन्ध में यह मन्त्र आता है:–

"द्वे सृती अशृण्वमहं देवानामुत मर्त्यानाम्"

अर्थात मनुष्य मृत्यु के बाद दो मार्गों से गमन करता है। एक

देवयान और पितृयान। देवयान से जाने वालों की ऊर्ध्वगति होती है और पितृयान से जाने वाले मनुष्य योनि और अधम योनि को जाते हैं। मनोविज्ञान के अनुसार पुनर्जन्म एक मानसिक विकास (Phychological Growth) है अर्थात जीवन भर जैसी हमारी मनोवृत्ति रही है वही मृत्यु के समय घनी भूत हो जाती है। उसके अनुसार ही मनुष्य दूसरी योनि के शरीर को धारण कर लेता है। यथा जो व्यक्ति जीवन भर चोरी करता रहा और (भयभीत रहा) वह अपने आप ही चूहे की योनि में चला जायेगा। जिसने जीवन भर मजदूरी करने की प्रवृत्ति रही वह बैल या घोड़े की योनि में चला जायेगा। जिस योनि में मनुष्य ने जाना होता है उस योनि का चित्र उसे अन्तिम समय में दिखाई दे जाता है। मनुष्य को पुनर्जन्म के स्वप्न भी मृत्यु से कुछ दिन पूर्व आने लग जाते हैं। ऐसा ही विलियम रेक नाम के जर्मनी के दार्शनिक को घटित हुआ परन्तु उसने इस भय से कि इससे ईसाई मत के पुनर्जन्म को न मानने का सिद्धांत खण्डित होगा इस बात का ज्यादा प्रचार नहीं किया।

मृत्यु के समय कुछ काम अधूरे रह जाते हैं (एक व्यक्ति की शेव ही आधी रह गयी) उन्हें पूरा करने के लिए पुनर्जन्म।

८. मृत्यु का मनोविज्ञान

मृत्यु को देख कर वैराग्य होता है। इस वैराग्य से महात्मा बुद्ध और ऋषि दयानन्द आध्यात्मिकता की ओर उन्मुख हुये। पशुओं को मृत्यु का बोध नहीं है, इसलिए उनमें कोई धर्म पैदा न हो सका। सामान्य व्यक्ति मृत्यु से मुख मोड़े हुये हैं। महाभारत में आता है कि यक्ष को उत्तर देते हुए युधिष्ठिर कहते हैं कि

मनुष्य बहुत से मनुष्यों को मरते हुये देखता है, परन्तु यह सबसे बड़ा आश्चर्य है कि कभी वह यह नहीं सोचता कि मेरी भी कभी मृत्यु होगी। लोग ताजमहल और मिश्र के पेरामीड को दुनियां के आश्चर्यों में मानते हैं। परन्तु आश्चर्य तो मृत्यु के प्रति सामान्य मनुष्य की उदासीनता है।

मृत्यु जीवन का निचौड़ है। एक तिब्बती कहावत है कि साधु मृत्यु के समय पहचाना जाता है। तिब्बती साधु मारन से किसी ने पूछा कि क्या तुम मर करके स्वर्ग जाओगे। उसने कहा कि हां मैं निश्चित ही स्वर्ग में जाऊंगा, क्योंकि मैं जीवन भर ही प्रसन्न रहा हूं। जीवन विषाक्त करने की क्रिंया है, मृत्यु शुद्धि की क्रिया है। जीवन मृत्यु की तैयारी है। मृत्यु एक परीक्षा की तरह है। मृत्यु से भयभीत व्यक्ति दूसरों को मारने लगता है। उससे उसे यह आभास होता है कि मुझे कोई न मार सकेगा। अथवा मृत्यु से भयभीत व्यक्ति आत्मा की अमरता की बाते करने लगता है। मृत्यु के पहले 13 मिन्ट बेहोशी की अवस्था होती है, जिसे मनोविज्ञान में Comma कहते हैं। इसमें जीवन भर की घटनायें तेजी से घूम जाती है।

इस बेहोशी का कारण यह है कि जीवन भर हम बहुत अधिक व्यस्त रहते हैं, और उस थोड़े से समय में घटनाओं की भीड़ लग जाती है। उस भीड़ में हम खो जाते हैं। यदि मनुष्य ने जीवन में ध्यान का अभ्यास किया हो, एकान्त का सेवन किया हो तो उसके बेहोश होने की कोई सम्भावना नहीं है। जिस घर में मृत्यु हो जाती है तो उसके परिवार के व्यक्ति दुःख के कारण रोते हैं। उन्हें रोने से रोकना नहीं चाहिये। रोने को रोकने से

वह दुःख दबा रह जायेगा तथा स्वास्थ्य के लिये अति हानिकारक होगा।

मृत्यु जीवन का गहनतम केन्द्र है। उसे जाने बिना जीवन अनजाना रह जाता है। मृत्यु को जान लेने से एक रहस्य का द्वार खुलता है। अगर मनुष्य होश में हो तो मृत्यु के समय आत्मा की पूरी झलक प्रकट होती है। जैसे रात्रि को जितना गहरा अन्धेरा हो, तारे उतने ही चमकते हैं।

९. कठोपनिषद और अन्य साहित्य

कठोपनिषद में यह कथा आती है कि नचिकेता मृत्यु के द्वार पर गया, किन्तु मृत्यु नहीं मिली। तीन दिन प्रतीक्षा की और यम ने उसे अमरता का उपदेश दिया। यह कहानी इस बात का प्रतीक है कि यदि जीवन भर हम मृत्यु के विषय में कोई ध्यान न देगे तो मृत्यु किसी दिन आयेगी और हमें पकड़ कर लें जायेगी। लेकिन यदि हम मृत्यु को ढूंढने निकलें तो अमरता हाथ लगेगी मृत्यु नहीं मिलेगी।

मृत्यु के सम्बन्ध में कुछ साहित्यिक वाक्य:—

मृत्यु बाहरी उपब्धियों को समाप्त कर देती है और भीतरी उपब्धियाँ मृत्यु को समाप्त कर देती हैं।

सारी उमर अपना नाम सत्य मालूम पड़ता है किन्तु मृत्यु हो जाने पर राम नाम सत्य है।

रोज दुनियां में आते हैं लोग।
रोज दुनियां से जाते हैं लोग।
दुनियां का काम जो कर जाते हैं लोग।
दिल से भला वो कहां जाते हैं लोग।

दूल्हे के आगे लोग बाजे बजाते हुये चलते हैं। जिन्दे लोगों को हम राह दिखाते हैं। शव यात्रा में लोग मृतक के पीछे चलते हैं, मुर्दे लोगों से हम प्रेरणा लेते हैं।

Buried in his own existence man mourns the death of others.

वेदों में यम सूक्त में मृत्यु का वर्णन है। अंग्रजी में थामस ब्राऊन द्वारा लिखित Urn Burial नामक पुस्तक में मृत्यु से होने वाली मनुष्य की दयनीय दशा का वर्णन है। मौत न होती तो दुनियां में मनुष्य न जाने कितना अभिमानी हो जाता। मौत समाजवादी है। जब से दुनियां बनी है, तब से इतने व्यक्तियों की मृत्यु हो चुकी है कि जहां हम बैंठे हैं, वहाँ कम से कम आठ व्यक्तियों की अन्त्येष्टि हो चुकी है। हर स्थान श्मशानघाट बन चुका है। हड़प्पा शहर की खुदाई होने पर उसकी सात परतें मिली हैं अर्थात सात बार वह शहर आबाद हुआ और सात बार उजड़ा।

मृत्युः—अतः मृत्यु का चित्र सामने रखें व ज्ञान पूर्वक श्रेष्ठ कार्यों को अपनायें।

(शिष्य)

गीत

पा के सुन्दर बदन, कर प्रभु का भजन।
दुनियां फानी का कोई भरोसा नहीं॥

जो आया यहां उसको जाना पड़े।
जिन्दगानी का कोई भरोसा नहीं॥

बालपन खेल और कूद में खो गया।
फिर जवानी का आसार आने लगा॥

इस सुघड़ बेला में कर कमाई भली।
नौजवानी का कोई भरोसा नहीं॥

अरबों वाले गये खरबों वाले गये।
कितने गोली व गोले रिसाले गये॥

कितने राजा गये कितनी रानी गई।
राजधानी का कोई भरोसा नहीं॥

श्रेष्ठ जीवन बना कर सभी का भला।
तेरे जीवन में सुख शांति आ जायेगी॥

गर करेगा भला तेरा होगा भला।
बदगुमानी का कोई भरोसा नहीं॥

खाली हाथों जहाँ से सिकन्दर गया।
सब खजाने की चाबी धरी रह गई॥

वैद्य लुकमान को भी कजा खा गई।
लाभ हानि का कोई भरोसा नहीं॥

प्रेषकः—'निर्मला वसु'
पानीपत

जन्म 16-12-1964 निधन 28-3-1976

प्रबन्ध कर्ता :

१. श्री स्वामी निगमानन्द जी, एम.ए.
२. ब्र० नन्द किशोर विद्यावाचस्पति, एम.ए.
३. आदित्य प्रकाश आर्य

पुस्तक प्राप्त करने का स्थान :

अनीता आर्ष प्रकाशन

500/2, हलवाई हट्टा, पानीपत

दूरभाष : 3008, 3009